



⚠ संभावित युद्ध/हवाई हमले की स्थिति में नागरिक सुरक्षा और जागरूकता

गाइड

“सतर्क नागरिक, सुरक्षित राष्ट्र”

(सरकारी/सामुदायिक उपयोग हेतु शैक्षिक मार्गदर्शिका)

संस्करण: मई 2025 | लागू: भारत के सभी शहरी व ग्रामीण क्षेत्रों में

I. युद्धकालीन नागरिक तैयारी (War-Time Civilian Readiness)

- हवाई हमला या सायरन बजते ही शांत रहें और तुरंत आश्रय लें
- अपने शहर/गांव में चिह्नित 'सुरक्षित आश्रय स्थल' पहले से जान लें
- घर में कम से कम 7 दिन का राशन, पानी, दवाइयाँ और मास्क रखें
- सीटी, टॉर्च, पावर बैंक, प्राथमिक चिकित्सा किट साथ रखें
- बिजली का मेन स्विच, गैस सिलेंडर बंद करना न भूलें
- परिवार के सभी सदस्यों के ब्लड ग्रुप, आधार कॉपी और फोटो तैयार रखें
- 'परिवार मिलन स्थल' पहले से तय कर लें (अगर बिछड़ जाएं तो)
- शिशु, बुजुर्ग और विकलांगों की विशेष तैयारी अलग से करें

II. बहुमंजिला इमारतों के लिए विशेष दिशा-निर्देश

- सीढ़ियों का प्रयोग करें – लिफ्ट से बचें (बिजली जा सकती है)
- हर फ्लोर पर निकासी मार्ग (Evacuation Plan) प्रदर्शित करें
- खिड़कियों से दूर रहें – शीशे टूटने से चोट लग सकती है
- बाथरूम या कंक्रीट वाली दीवार के पास शरण लें (Blast Shielding)
- अंधेरे में मार्गदर्शन हेतु फॉस्फर स्ट्रिप या Emergency Lighting लगाएं
- प्रत्येक फ्लोर पर एक सुरक्षा प्रतिनिधि नामित करें (Flr Warden)
- बच्चों के लिए सुरक्षा बैग तैयार करें – पानी, बिस्किट, डायरी, पहचान पत्र सहित

III. सोसाइटी/मुहल्ले में सामूहिक सुरक्षा उपाय

- सभी प्रवेश द्वार पर गार्ड व CCTV अनिवार्य करें
- इंटरकॉम और आपातकालीन अलार्म प्रणाली सक्रिय रखें

- साप्ताहिक सुरक्षा बैठकें और मॉक ड्रिल आयोजित करें
- महिलाओं और बच्चों के लिए विशेष आत्मरक्षा प्रशिक्षण कार्यक्रम
- पड़ोस में 'Neighbourhd Watch' लागू करें
- Whatsapp/Telegram अलर्ट ग्रुप बनाएं – गलत सूचना से बचाव करें
- डॉक्टर, सेना अधिकारी, पुलिस आदि स्थानीय विशेषज्ञों को जोड़ें

IV. सायरन या धमाके के बाद क्या करें

- तुरंत ज़मीन पर लेट जाएं, सिर ढकें, 'Drp, Cver, Hld' मुद्रा अपनाएं
- यदि घायल हैं – प्राथमिक उपचार करें या पास के केंद्र पर जाएं
- अनजान वस्तु या विस्फोटक न छुएं – पुलिस को सूचित करें
- बाहर निकलने से पहले आधिकारिक अनुमति या रेडियो अलर्ट सुनें
- जगह छोड़ते समय सिर्फ जरूरी सामान लेकर निकलें
- पालतू जानवरों के लिए रस्सी, खाना और पानी साथ रखें

V. मानसिक शक्ति और नेतृत्व व्यवहार

- बच्चों और बुजुर्गों को मानसिक रूप से शांत रखने के लिए संवाद करें
- हर समय सकारात्मक सोच और संयम बनाए रखें
- 'मैं सुरक्षित हूँ' मैसेज SMS या WhatsApp से भेजें – कॉल से बचें
- गंभीर स्थिति में भी संयम और नेतृत्व बनाए रखें – दूसरों को संभालें

VI. सामूहिक जागरूकता अभियान कैसे चलाएं

- सोसाइटी में “सुरक्षा सप्ताह” या “जागरूकता दिवस” आयोजित करें
- बच्चों की रंग भरने की प्रतियोगिता - 'युद्ध में सतर्कता' थीम पर
- पड़ोस में “Emergency Vlunteer Grup” बनाएं
- हर घर में एक इमरजेंसी पोस्टर लगवाएं (कदम-दर-कदम निर्देशों सहित)
- 'सुरक्षित नागरिक, सशक्त भारत' स्लोगन पर जागरूकता रैली करें

VII. सरकारी मदद और सहयोग

- NDRF, जिला प्रशासन या नागरिक रक्षा विभाग से संपर्क बनाए रखें
- निकटतम अस्पताल, पुलिस स्टेशन, फायर ब्रिगेड का पता और नंबर नोट करें
- गंभीर स्थिति में 112 (All-in-one Helpline) पर कॉल करें
- आपदा राहत केंद्र या सामुदायिक बंकर का पता पहले से जानें

VIII. अतिरिक्त महत्वपूर्ण सुझाव (Beyond the Basics)

- अपने दस्तावेज का डिजिटल बैकअप Ggle Drive या Pendrive में रखें
- ऑनलाइन भुगतान बंद होने पर काम आने के लिए नकद राशि रखें

- सैन्य जानकारी सोशल मीडिया पर साझा न करें
- साइबर हमलों से बचाव के लिए अनधिकृत ऐप/लिंक से दूर रहें
- ब्लड बैंक में स्वैच्छिक रक्तदाता के रूप में पंजीकरण करें
- धार्मिक या जातीय मतभेदों को दरकिनार कर एकजुट रहें
- स्थानीय मानसिक स्वास्थ्य परामर्श सेवा बनाएं
- पालतू जानवरों की आपात व्यवस्था भी रखें
- महिलाओं के लिए सुरक्षा किट अनिवार्य रखें
- बच्चों में राष्ट्र सेवा व साहस की भावना विकसित करें